أعـــــدى الأعـــــداء نـــفـــسُـــك

بسم الله الرحمن الرحيم

النفس أعدى أعدائك:

١-قال تعالى: "فَأَمَّا مَنْ طَغَى. وَآثَرَ الْحَيَاةَ الدُّنْيَا. فَإِنَّ الْجَحِيمَ هِيَ الْمَأْوَى. وَأَمَّا مَنْ خَافَ مَقَامَ رَبِّهِ وَنَهَى النَّفْسَ عَنِ الْهَوَى. فَإِنَّ الْجَنَّةَ هِيَ الْمَأْوَى" (النازعات:٣٨-٤١)

٢-قال أبو بكر الصديق في وصيته لعمر رضي الله عنهما حين استخلفه: (إنَّ أوَّل ما أحذِّرُكَ نفسك التي بين جنبيك)[1].

٣-طك: عن أنس أن النبي صلى الله عليه وسلم قال: [ليس عدوُّك الذي إذا قتلك أدخلك الجنة، وإذا قتلته كان لك نوراً، أعدى عدوِّك نفسك التي بين جنبيك][2].

٤-حم: عَنْ جَابِرِ بْنِ عَبْدِ اللهِ أَنَّ النَّبِيَّ صلى الله عليه وسلم قَالَ: [النَّاسُ غَادِيَانِ، فَمُبْتَاعٌ نَفْسَهُ فَمُعْتِقُهَا، وَبَائِعٌ نَفْسَهُ فَمُوبِقُهَا][3].

٥-وقال الحسن البصري: (ليس عدوك الذي إن قتلته استرحت منه، ولكن عدوك نفسك التي بين جنبيك)[4].

وجهاد النفس هو الجهاد الأكبر،

١-قال تعالى: "وَمِنَ النَّاسِ مَنْ يَشْرِي نَفْسَهُ ابْتِغَاءَ مَرْضَاتِ اللَّهِ وَاللَّهُ رَءُوفٌ بِالْعِبَادِ" البقرة.

٢-وعن جابر قال: [قدم على النبى صلى الله عليه وسلم قوم غزاة، فقال: قدمتم خير مقدم، قدمتم من الجهاد الأصغر إلى الجهاد الأكبر، مجاهدة العبد هواه][5].

٣-قال ابن الجوزي: (اعلم انه إنما كان جهاد النفس أكبر من جهاد الأعداء لأن النفس محبوبة، وما تدعو إليه محبوب، لأنها لا تدعو إلا إلى ما تشتهي، وموافقة المحبوب في المكروه محبوبة، فكيف إذا دعا إلى محبوب، فإذ عكست الحال وخولف المحبوب فيما يدعو إليه من المحبوب اشتد الجهاد، وصعب الأمر، بخلاف جهاد الكفار، فإن الطباع تحمل على خصومة الأعداء، وقال ابن المبارك في قوله تعالى: "وجاهدوا في الله حق جهاده" قال: هو جهاد النفس والهوى)[6].

---

1 جامع العلوم والحكم ٢٣/٢

2 أخرجه: الطبراني في " الكبير " (٣٤٤٥) من حديث أبي مالك الأشعري، مرفوعاً، وهو حديث ضعيف.

3 أخرجه أحمد ٣٢١/٣(١٤٤٩٤) و "الدارمِي " ٢٧٧٦.

4 تهذيب الآثار، للطبري ١٦٠/٣.

5 [كنز العمال ١١٧٧٩] البيهقى فى الزهد (١٦٥/٢، رقم ٣٧٣)، وقال: هذا فيه ضعف. والخطيب (٥٢٣/١٣).

6 ذم الهوى ص ٤٠.

ومن الآفات والأمراض والعلل التي تصيب النفوس:

هناك آفات وعيوب كثيرة وعلل وأمراض تصيب النفس، والعاقل هو من يكتشف المرض قبل استفحاله.

١=الفتور في الطاعة:

قال تعالى: "قُلْ هَلْ نُنَبِّئُكُمْ بِالْأَخْسَرِينَ أَعْمَالًا. الَّذِينَ ضَلَّ سَعْيُهُمْ فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا وَهُمْ يَحْسَبُونَ أَنَّهُمْ يُحْسِنُونَ صُنْعًا. أُولَئِكَ الَّذِينَ كَفَرُوا بِآيَاتِ رَبِّهِمْ وَلِقَائِهِ فَحَبِطَتْ أَعْمَالُهُمْ فَلَا نُقِيمُ لَهُمْ يَوْمَ الْقِيَامَةِ وَزْنًا. ذَلِكَ جَزَاؤُهُمْ جَهَنَّمُ بِمَا كَفَرُوا وَاتَّخَذُوا آيَاتِي وَرُسُلِي هُزُوًا" الكهف.

٢=الغفلة والتسويف:

قال تعالى: "إِنَّمَا التَّوْبَةُ عَلَى اللَّهِ لِلَّذِينَ يَعْمَلُونَ السُّوءَ بِجَهَالَةٍ ثُمَّ يَتُوبُونَ مِنْ قَرِيبٍ فَأُولَئِكَ يَتُوبُ اللَّهُ عَلَيْهِمْ وَكَانَ اللَّهُ عَلِيمًا حَكِيمًا. وَلَيْسَتِ التَّوْبَةُ لِلَّذِينَ يَعْمَلُونَ السَّيِّئَاتِ حَتَّى إِذَا حَضَرَ أَحَدَهُمُ الْمَوْتُ قَالَ إِنِّي تُبْتُ الْآنَ وَلَا الَّذِينَ يَمُوتُونَ وَهُمْ كُفَّارٌ أُولَئِكَ أَعْتَدْنَا لَهُمْ عَذَابًا أَلِيمًا" النساء.

٣=التعلق بالدنيا ونسيان الآخرة:

١–قال تعالى: "كَلَّا بَلْ تُحِبُّونَ الْعَاجِلَةَ. وَتَذَرُونَ الْآخِرَةَ" القيامة،

٢–وقال سبحانه: "بَلْ تُؤْثِرُونَ الْحَيَاةَ الدُّنْيَا. وَالْآخِرَةُ خَيْرٌ وَأَبْقَى" الأعلى.

٣–حم: عن أبي هُرَيْرَةَ، قَالَ:هَجَرَ النَّبِيُّ صلى الله عليه وسلم نِسَاءَهُ شَهْرًا، فَأَتَاهُ عُمَرُ بْنُ الْخَطَّابِ وَهُوَ فِي غُرْفَةٍ عَلَى حَصِيرٍ قَدْ أَثَّرَ الْحَصِيرُ بِظَهْرِهِ، فَقَالَ: يَا رَسُولَ الله، كِسْرَى يَشْرَبُونَ فِي الذَّهَبِ وَالْفِضَّةِ وَأَنْتَ هَكَذَا ؟ فَقَالَ النَّبِيُّ صلى الله عليه وسلم: إِنَّهُمْ عُجِّلَتْ لَهُمْ طَيِّبَاتُهُمْ فِي حَيَاتِهِمُ الدُّنْيَا][7].

٤–في «الزهد» لابن المبارك: عن عروة بن الزبير قال: (قدم عمر رضي الله عنه الشام، فتلقاه الأمراء والعظماء، فقال: أين أخي أبو عبيدة؟ قالوا: يأتيك الآن، قال: فجاء على ناقةٍ مخطومةٍ بحبل، فسلَّم عليه، ثم قال للناس: انصرفوا عنا. فسار معه حتى أتى منزله، فنزل عليه، فلم يَرَ في بيته إلاّ سيفَه وتُرسَه ورحْلَه، فقال له عمر: لو اتخذتَ متاعًا، أو قال شيئًا، فقال: يا أمير المؤمنين إن هذا سيبلغنا المقيل)[8].

٤=الطمع وقلة الرضا:

حم ت: عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ أن النبي صلى الله عليه وسلم قال: [ارْضَ بِمَا قَسَمَ اللهُ لَكَ تَكُنْ أَغْنَى النَّاسِ][9].

---

[7] أخرجه أحمد ٢٩٨/٢(٧٩٥٠).

[8] راجع: سير أعلام النبلاء (١٦/١).

[9] أخرجه أحمد (٣١٠/٢، رقم ٨٠٨١)، والترمذي (٥٥١/٤، رقم ٢٣٠٥) الألباني في "السلسلة الصحيحة " ٢ / ٦٣٧.

٥=الكبر والحسد:

١-قال الله تَعالى: "وَلا تُخْزِنِي يَوْمَ يُبْعَثُونَ يَوْمَ لا يَنْفَعُ مَالٌ وَلا بَنُونَ إِلاَّ مَنْ أَتَى اللَّهَ بِقَلْبٍ سَلِيمٍ" [الشعراء:٨٧-٨٩].

٢-م: عَن عَبْدِالله بن مسعود أن النبي صلى الله عليه وسلم قال: [لاَ يَدْخُلُ الْجَنَّةَ مَنْ كَانَ فِي قَلْبِهِ مِثْقَالُ ذَرَّةٍ مِنْ كِبْرٍ][10].

٣-طب: عَنْ ضَمْرَةَ بن ثَعْلَبَةَ أن النبي صلى الله عليه وسلم قال: [لا يَزَالُ النَّاسُ بِخَيْرٍ مَا لَمْ يَتَحَاسَدُوا][11].

٦=الاشتغال بعيوب الناس:

١-قال تعالى: "يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا لَا يَسْخَرْ قَوْمٌ مِنْ قَوْمٍ عَسَى أَنْ يَكُونُوا خَيْرًا مِنْهُمْ وَلَا نِسَاءٌ مِنْ نِسَاءٍ عَسَى أَنْ يَكُنَّ خَيْرًا مِنْهُنَّ وَلَا تَلْمِزُوا أَنْفُسَكُمْ وَلَا تَنَابَزُوا بِالْأَلْقَابِ بِئْسَ الِاسْمُ الْفُسُوقُ بَعْدَ الْإِيمَانِ وَمَنْ لَمْ يَتُبْ فَأُولَئِكَ هُمُ الظَّالِمُونَ" الحجرات.

٢-ت: عَنِ ابْنِ عُمَرَ قَالَ: [صَعِدَ رَسُولُ اللَّهِ صلى الله عليه وسلم الْمِنْبَرَ فَنَادَى بِصَوْتٍ رَفِيعٍ فَقَالَ يَا مَعْشَرَ مَنْ قَدْ أَسْلَمَ بِلِسَانِهِ وَلَمْ يُفْضِ الإِيمَانُ إِلَى قَلْبِهِ لاَ تُؤْذُوا الْمُسْلِمِينَ وَلاَ تُعَيِّرُوهُمْ وَلاَ تَتَّبِعُوا عَوْرَاتِهِمْ فَإِنَّهُ مَنْ تَتَبَّعَ عَوْرَةَ أَخِيهِ الْمُسْلِمِ تَتَبَّعَ اللَّهُ عَوْرَتَهُ وَمَنْ تَتَبَّعَ اللَّهُ عَوْرَتَهُ يَفْضَحْهُ وَلَوْ فِى جَوْفِ رَحْلِهِ][12].

فضل تزكية النفس:

تزكية النفس سبب للفلاح والنجاح والفوز بالدرجات العلى، والنعيم المقيم،
قال عز وجل: "جَنَّاتُ عَدْنٍ تَجْرِي مِن تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا وَذَلِكَ جَزَاء مَن تَزَكَّى".
وقال تعالى: "وَنَفْسٍ وَمَا سَوَّاهَا. فَأَلْهَمَهَا فُجُورَهَا وَتَقْوَاهَا. قَدْ أَفْلَحَ مَنْ زَكَّاهَا. وَقَدْ خَابَ مَنْ دَسَّاهَا" الشمس.

قال البوصيري:

والنفس كالطفل إن تهمله شب على **** حب الرضاع وإن تفطمه ينفطم
وجاهد النفس والشيطان واعصهما **** وإن هما محضاك النصح فاتهم

وسائل تزكية النفس وإصلاحها كثيرة ومتنوعة منها:

---

[10] أخرجه أحمد ٤١٢/١(٣٩١٣و "مسلم " ٦٥/١(١٧٩) و "أبو داود " ٤٠٩١ وابن ماجة(٥٩ و٤١٧٣.
[11] أخرجه الطبراني (٣٠٩/٨، رقم ٨١٥٧). قال الهيثمى (٧٨/٨): رجاله ثقات, السلسلة الصحيحة ١٧٢/٩.
[12] أَخْرَجَهُ الترمذي (٢٠٣٢).

١=الخوف من الله تعالى:

١–قال تعالى: "وَالَّذِينَ إِذَا فَعَلُوا فَاحِشَةً أَوْ ظَلَمُوا أَنْفُسَهُمْ ذَكَرُوا اللَّهَ فَاسْتَغْفَرُوا لِذُنُوبِهِمْ وَمَنْ يَغْفِرُ الذُّنُوبَ إِلَّا اللَّهُ وَلَمْ يُصِرُّوا عَلَى مَا فَعَلُوا وَهُمْ يَعْلَمُونَ. أُولَئِكَ جَزَاؤُهُمْ مَغْفِرَةٌ مِنْ رَبِّهِمْ وَجَنَّاتٌ تَجْرِي مِنْ تَحْتِهَا الْأَنْهَارُ خَالِدِينَ فِيهَا وَنِعْمَ أَجْرُ الْعَامِلِينَ" آل عمران.

٢–حم: عن عمر بن الخطاب أن النبي صلى الله عليه وسلم قال: [الإِحْسَانُ أَنْ تَعْمَلَ لِلَّهِ كَأَنَّكَ تَرَاهُ فَإِنَّكَ إِنْ لاَ تَرَاهُ فَإِنَّهُ يَرَاكَ][١٣].

٣–هق: عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ، أَنَّ رَسُولَ اللهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ قَالَ: [ثَلَاثٌ مُنْجِيَاتٌ، وَثَلَاثٌ مُهْلِكَاتٌ، فَأَمَّا الْمُنْجِيَاتُ: فَتَقْوَى اللهِ فِي السِّرِّ وَالْعَلَانِيَةِ، وَالْقَوْلُ بِالْحَقِّ فِي الرِّضَا وَالسُّخْطِ، وَالْقَصْدُ فِي الْغِنَى وَالْفَقْرِ، وَأَمَّا الْمُهْلِكَاتِ: فَهَوًى مُتَّبَعٌ، وَشُحٌّ مُطَاعٌ، وَإِعْجَابُ الْمَرْءِ بِنَفْسِهِ، وَهِيَ أَشَدُّهُنَّ][١٤].

٢=التوبة والإنابة:

١–قال تعالى: "وَمَنْ يَعْمَلْ سُوءًا أَوْ يَظْلِمْ نَفْسَهُ ثُمَّ يَسْتَغْفِرِ اللَّهَ يَجِدِ اللَّهَ غَفُورًا رَحِيمًا. وَمَنْ يَكْسِبْ إِثْمًا فَإِنَّمَا يَكْسِبُهُ عَلَى نَفْسِهِ وَكَانَ اللَّهُ عَلِيمًا حَكِيمًا. وَمَنْ يَكْسِبْ خَطِيئَةً أَوْ إِثْمًا ثُمَّ يَرْمِ بِهِ بَرِيئًا فَقَدِ احْتَمَلَ بُهْتَانًا وَإِثْمًا مُبِينًا" النساء.

٢–عَنْ بُرَيْدَةَ بن الحصيب قال: [جَاءَ مَاعِزُ بْنُ مَالِكٍ إِلَى النَّبِيِّ صلى الله عليه وسلم، فَقَالَ: يَا رَسُولَ اللهِ، طَهِّرْنِي، فَقَالَ: وَيْحَكَ، ارْجِعْ فَاسْتَغْفِرِ اللهَ وَتُبْ إِلَيْهِ، قَالَ: فَرَجَعَ غَيْرَ بَعِيدٍ، ثُمَّ جَاءَ، فَقَالَ: يَا رَسُولَ اللهِ، طَهِّرْنِي، فَقَالَ رَسُولُ اللهِ صلى الله عليه وسلم: وَيْحَكَ، ارْجِعْ فَاسْتَغْفِرِ اللهَ وَتُبْ إِلَيْهِ، قَالَ: فَرَجَعَ غَيْرَ بَعِيدٍ، ثُمَّ جَاءَ، فَقَالَ: يَا رَسُولَ اللهِ، طَهِّرْنِي، فَقَالَ النَّبِيُّ صلى الله عليه وسلم مِثْلَ ذَلِكَ، حَتَّى إِذَا كَانَتِ الرَّابِعَةُ، قَالَ لَهُ رَسُولُ اللهِ صلى الله عليه وسلم: فِيمَ أُطَهِّرُكَ ؟ فَقَالَ: مِنَ الزِّنَا، فَسَأَلَ رَسُولُ اللهِ صلى الله عليه وسلم: أَبِهِ جُنُونٌ ؟ فَأُخْبِرَ أَنَّهُ لَيْسَ بِمَجْنُونٍ، فَقَالَ: أَشَرِبَ خَمْرًا ؟ فَقَامَ رَجُلٌ فَاسْتَنْكَهَهُ، فَلَمْ يَجِدْ مِنْهُ رِيحَ خَمْرٍ، قَالَ: فَقَالَ رَسُولُ اللهِ صلى الله عليه وسلم: أَزَنَيْتَ ؟ فَقَالَ: نَعَمْ، فَأَمَرَ بِهِ فَرُجِمَ، فَكَانَ النَّاسُ فِيهِ فِرْقَتَيْنِ، قَائِلٌ يَقُولُ: لَقَدْ هَلَكَ، لَقَدْ أَحَاطَتْ بِهِ خَطِيئَتُهُ، وَقَائِلٌ يَقُولُ: مَا تَوْبَةٌ أَفْضَلَ مِنْ تَوْبَةِ مَاعِزٍ، أَنَّهُ جَاءَ إِلَى النَّبِيِّ صلى الله عليه وسلم، فَوَضَعَ يَدَهُ فِي يَدِهِ، ثُمَّ قَالَ: اقْتُلْنِي بِالْحِجَارَةِ، قَالَ: فَلَبِثُوا بِذَلِكَ يَوْمَيْنِ، أَوْ ثَلاَثَةً، ثُمَّ جَاءَ رَسُولُ اللهِ صلى الله عليه وسلم وَهُمْ جُلُوسٌ، فَسَلَّمَ، ثُمَّ جَلَسَ، فَقَالَ: اسْتَغْفِرُوا لِمَاعِزِ ابْنِ مَالِكٍ، قَالَ: فَقَالُوا: غَفَرَ اللهُ لِمَاعِزِ بْنِ مَالِكٍ، قَالَ: فَقَالَ رَسُولُ اللهِ صلى الله عليه وسلم: لَقَدْ تَابَ تَوْبَةً لَوْ قُسِمَتْ بَيْنَ أُمَّةٍ لَوَسِعَتْهُمْ.قَالَ: ثُمَّ جَاءَتْهُ امْرَأَةٌ مِنْ غَامِدٍ، مِنَ الأَزْدِ، فَقَالَتْ: يَا رَسُولَ اللهِ، طَهِّرْنِي، فَقَالَ: وَيْحَكِ، ارْجِعِي فَاسْتَغْفِرِي اللهَ وَتُوبِي إِلَيْهِ، فَقَالَتْ: أَرَاكَ تُرِيدُ أَنْ تُرَدِّدَنِي كَمَا رَدَّدْتَ مَاعِزَ بْنَ مَالِكٍ، قَالَ: وَمَا ذَاكِ ؟ قَالَتْ: إِنَّهَا حُبْلَى مِنَ الزِّنَا، فَقَالَ: آنْتِ ؟ قَالَتْ: نَعَمْ، فَقَالَ لَهَا: حَتَّى تَضَعِي مَا فِي بَطْنِكِ، قَالَ: فَكَفَلَهَا رَجُلٌ مِنَ الأَنْصَارِ، حَتَّى وَضَعَتْ، قَالَ: فَأَتَى النَّبِيَّ صلى الله عليه وسلم، فَقَالَ: قَدْ وَضَعَتِ الْغَامِدِيَّةُ،

---

13 أخرجه أحمد ٢٨/١(١٩١) و(البخاري) في "خلق أفعال العباد " ٢٦ و "مسلم " ٢٨/١(١).

14 البيهقي: شعب الإيمان ٣٩٦/٩. الألباني في " السلسلة الصحيحة " ٤ / ٤١٣.

فَقَالَ: إِذًا لاَ نَرْجُمُهَا وَنَدَعَ وَلَدَهَا صَغِيرًا، لَيْسَ لَهُ مَنْ يُرْضِعُهُ، فَقَامَ رَجُلٌ مِنَ الأَنْصَارِ، فَقَالَ: إِلَيَّ رَضَاعُهُ يَا نَبِيَّ اللهِ، قَالَ: فَرَجَمَهَا][15].

٣=حسن العبادة والتبتل:

١–قال تعالى: "يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا اتَّقُوا اللَّهَ وَلْتَنْظُرْ نَفْسٌ مَا قَدَّمَتْ لِغَدٍ وَاتَّقُوا اللَّهَ إِنَّ اللَّهَ خَبِيرٌ بِمَا تَعْمَلُونَ. وَلَا تَكُونُوا كَالَّذِينَ نَسُوا اللَّهَ فَأَنْسَاهُمْ أَنْفُسَهُمْ أُولَئِكَ هُمُ الْفَاسِقُونَ. لَا يَسْتَوِي أَصْحَابُ النَّارِ وَأَصْحَابُ الْجَنَّةِ أَصْحَابُ الْجَنَّةِ هُمُ الْفَائِزُونَ" الحشر.

٢–م: عن رَبِيعَة بْن كَعْب الأَسْلَمِيُّ، قَالَ: [كُنْتُ أَبِيتُ مَعَ رَسُولِ اللهِ صلى الله عليه وسلم، فَأَتَيْتُهُ بِوَضُوئِهِ وَحَاجَتِهِ، فَقَالَ لِي: سَلْ، فَقُلْتُ: أَسْأَلُكَ مُرَافَقَتَكَ فِي الْجَنَّةِ. قَالَ: أَوَ غَيْرَ ذَلِكَ ؟ قُلْتُ: هُوَ ذَاكَ، قَالَ: فَأَعِنِّي عَلَى نَفْسِكَ بِكَثْرَةِ السُّجُودِ][16].

٣–خ م: عن أبي هُرَيْرَةَ أن النبي صلى الله عليه وسلم قال: [قَالَ اللهُ عَزَّ وَجَلَّ: أَنَا عِنْدَ ظَنِّ عَبْدِي بِي وَأَنَا مَعَهُ حِينَ يَذْكُرُنِي، إِنْ ذَكَرَنِي فِي نَفْسِهِ ذَكَرْتُهُ فِي نَفْسِي، وَإِنْ ذَكَرَنِي فِي مَلأٍ ذَكَرْتُهُ فِي مَلأٍ خَيْرٍ مِنْهُمْ، وَمَنْ تَقَرَّبَ إِلَيَّ شِبْرًا تَقَرَّبْتُ إِلَيْهِ ذِرَاعًا، وَمَنْ تَقَرَّبَ إِلَيَّ ذِرَاعًا تَقَرَّبْتُ إِلَيْهِ بَاعًا، وَمَنْ جَاءَنِي يَمْشِي جِئْتُهُ مُهَرْوِلاً][17].

٤=حب الله تعالى ورسوله صلى الله عليه وسلم:

١–قال تعالى: "إِنَّ اللَّهَ اشْتَرَى مِنَ الْمُؤْمِنِينَ أَنْفُسَهُمْ وَأَمْوَالَهُمْ بِأَنَّ لَهُمُ الْجَنَّةَ يُقَاتِلُونَ فِي سَبِيلِ اللَّهِ فَيَقْتُلُونَ وَيُقْتَلُونَ وَعْدًا عَلَيْهِ حَقًّا فِي التَّوْرَاةِ وَالْإِنْجِيلِ وَالْقُرْآنِ وَمَنْ أَوْفَى بِعَهْدِهِ مِنَ اللَّهِ فَاسْتَبْشِرُوا بِبَيْعِكُمُ الَّذِي بَايَعْتُمْ بِهِ وَذَلِكَ هُوَ الْفَوْزُ الْعَظِيمُ"

٢–عَنْ عَبْدِ اللهِ بْنَ هِشَامٍ، قَالَ: [كُنَّا مَعَ النَّبِيِّ صلى الله عليه وسلم، وَهْوَ آخِذٌ بِيَدِ عُمَرَ بْنِ الخَطَّابِ، فَقَالَ لَهُ عُمَرُ: يَا رَسُولَ اللهِ، لأَنْتَ أَحَبُّ إِلِيَّ مِنْ كُلِّ شَيْءٍ، إِلاَّ مِنْ نَفْسِي، فَقَالَ النَّبِيُّ صلى الله عليه وسلم: لاَ، وَالَّذِي نَفْسِي بِيَدِهِ، حَتَّى أَكُونَ أَحَبَّ إِلَيْكَ مِنْ نَفْسِكَ، فَقَالَ لَه عُمَرُ: فَإِنَّهُ الآنَ، وَاللهِ، لأَنْتَ أَحَبُّ إِلَيَّ مِنْ نَفْسِي، فَقَالَ النبي صلى الله عليه وسلم: الآنَ يَا عُمَرُ][18].

٣–ولما وضع خبيب بن عدي على الخشبة ليصلب قال لكفار قريش: إن شئتم أن تتركوني أركع ركعتين قبل مصرعي فافعلوا، ثم نظر إليه وهو يستقبل الكعبة ويصلي ركعتين يا لحسنيهما ويا لتمامهما ثم رآه وهو يقبل على زعماء القوم ويقول: والله لولا أن تظنوا أني أطلت الصلاة جزعا من الموت لاستكثرت من الصلاة، ثم شهد سعيد قومه وهم يمثلون بخبيب وهم يقولون له: أتحب أن يكون محمد مكانك وأنت ناج، فيقول والدماء تنزف منه، والله ما أحب أن أكون آمنا وادعا في أهلي وولدي، وأن محمدا يوخز بشوكة، ثم أنشد:

---

15 أخرجه مُسْلم ١١٨/٥(٤٤٥٠) و "أبو داود " ٤٤٣٣ و "النَّسائي "، في "الكبرى " ٧١٢٥ و٧١٤٨.

16 أخرجه مُسْلم ٥٢/٢(١٠٢٩).

17 أخرجه أحمد ٢٥١/٢(٧٤١٦) و"البُخاري" ٧٤٠٥ و"مسلم " ٦٩٠٢.

18 أخرجه أحمد ٢٣٣/٤(١٨٢١١) والبخاري(١٦/٥(٣٦٩٤).

وَلَسْتُ أُبَالِي حِينَ أُقْتَلُ مُسْلِمًا * * * عَلَى أَيِّ شِقٍّ كَانَ فِي اللّهِ مَضْجَعِي
وَذَلِكَ فِي ذَاتِ الْإِلَـــهِ وَإِنْ يَشَأْ * * * يُبَارِكْ عَلَى أَوْصَالِ شِـــــــلْوٍ مُمَزَّعِ
فَلَـــسْـــــــــــــتُ بِمُبْدٍ لِلْعَدُوِّ تَخَشّعًا * * * وَلَا جَزَعًا، إِنِّي إِلَى اللّهِ مَرْجِعِـــــــي

٥=الرضا بما قسم الله تعالى:

١–قال تعالى: "وَمَنْ يَتَعَدَّ حُدُودَ اللَّهِ فَقَدْ ظَلَمَ نَفْسَهُ لَا تَدْرِي لَعَلَّ اللَّهَ يُحْدِثُ بَعْدَ ذَلِكَ أَمْرًا" الطلاق.

٢–خ حم: عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ أن النبي صلى الله عليه وسلم قال: [لَيْسَ الْغِنَى عَنْ كَثْرَةِ الْعَرَضِ وَلَكِنَّ الْغِنَـى غِنَى النَّفْسِ][19].

٣–حم: عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ أن النبي صلى الله عليه وسلم قال: [مَا يَزَالُ الْبَلَاءُ بِالْمُؤْمِنِ وَالْمُؤْمِنَةِ فِـي نَفْـسِهِ وَوَلَدِهِ وَمَالِهِ حَتَّى يَلْقَى اللّهَ وَمَا عَلَيْهِ خَطِيئَةٌ][20].

٦–مقاومة وساوس الشيطان:

١–وقال تعالى: "قُلْ إِنْ ضَلَلْتُ فَإِنَّمَا أَضِلُّ عَلَى نَفْسِي وَإِنِ اهْتَدَيْتُ فَبِمَا يُوحِي إِلَيَّ رَبِّي إِنَّهُ سَمِيعٌ قَرِيـبٌ" سبأ.

٢–حم: عَنْ سَبْرَةَ بْنِ أَبِي فَاكِهٍ أن النبي صلى الله عليه وسلم قال: [إِنَّ الشَّيْطَانَ قَعَدَ لابْنِ آدَمَ بِأَطْرُقِهِ، فَقَعَدَ لَهُ بِطَرِيقِ الإِسْلاَمِ، فَقَالَ: تُسْلِمُ وَتَذَرُ دِينَكَ، وَدِينَ آبَائِكَ، وَآبَاءِ أَبِيكَ ؟! فَعَصَاهُ فَأَسْلَمَ، ثُمَّ قَعَدَ لَـهُ بِطَرِيـقِ الْهِجْرَةِ، فَقَالَ: تُهَاجِرُ وَتَدَعُ أَرْضَكَ وَسَمَاءَكَ ؟! وَإِنَّمَا مَثَلُ الْمُهَاجِرِ كَمَثَلِ الْفَرَسِ فِـي الطِّـوَلِ، فَعَـصَاهُ فَهَاجَرَ، ثُمَّ قَعَدَ لَهُ بِطَرِيقِ الْجِهَادِ، فَقَالَ: تُجَاهِدُ، فَهُوَ جَهْدُ النَّفْسِ وَالْمَالِ، فَتُقَاتِلُ، فَتُقْتَلُ، فَتُنْكَحُ الْمَرْأَةُ، وَيُقْسَمُ الْمَالُ ؟! فَعَصَاهُ فَجَاهَدَ، فَقَالَ رَسُولُ اللهِ صلى الله عليه وسلم: فَمَنْ فَعَلَ ذَلِكَ، كَانَ حَقًّا عَلَى اللهِ، عَزَّ وَجَلَّ، أَنْ يُدْخِلَهُ الْجَنَّةَ، وَمَنْ قُتِلَ، كَانَ حَقًّا عَلَى اللهِ، عَزَّ وَجَلَّ، أَنْ يُدْخِلَهُ الْجَنَّةَ، وَإِنْ غَرِقَ، كَانَ حَقًّا عَلَى اللهِ أَنْ يُدْخِلَهُ الْجَنَّةَ، أَوْ وَقَصَتْهُ دَابَّتُهُ، كَانَ حَقًّا عَلَى اللهِ أَنْ يُدْخِلَهُ الْجَنَّةَ][21].

٧=مقاومة هوى النفس:

١–قال تعالى: "أَلَمْ تَرَ إِلَى الَّذِينَ يُزَكُّونَ أَنْفُسَهُمْ بَلِ اللَّهُ يُزَكِّي مَنْ يَشَاءُ وَلَا يُظْلَمُونَ فَتِيلًـا. انْظُـرْ كَيْـفَ يَفْتَرُونَ عَلَى اللَّهِ الْكَذِبَ وَكَفَى بِهِ إِثْمًا مُبِينًا" النساء.

٢–نع: عن أَنَسَ بْنَ مَالِكٍ أن النبي صلى الله عليه وسلم قال لِفَاطِمَةَ: [مَا يَمْنَعُكِ أَنْ تَسْمَعِي مَا أُوصِيكِ بِهِ ؟ أَنْ تَقُولِي إِذَا أَصْبَحْتِ، وَإِذَا أَمْسَيْتِ: يَا حَيُّ يَا قَيُّومُ، بِرَحْمَتِكَ أَسْتَغِيثُ، أَصْلِحْ لِي شَأْنِي كُلَّهُ، وَلاَ تَكِلْنِي إِلَى نَفْسِي طَرْفَةَ عَيْنٍ][22].

---

19 أخرجه أحمد ٣٨٩/٢(٩٠٥٠) و "البُخاري " ١١٨/٨(٦٤٤٦).
20 أخرجه أحمد ٢٨٧/٢(٧٨٤٦) و "البُخاري " في الأدب المفرد (٤٩٤) و "التِّرمِذي " ٢٣٩٩.
21 أخرجه أحمد ٤٨٣/٣(١٦٠٥٤) و "النَّسائي " ٢١/٦، وفي "الكبرى " ٤٣٢٧.
22 أخرجه النَّسائي، في "عمل اليوم والليلة " ٥٧٠.

٨–طلب العلم النافع:

١–ت كم: عَنْ أَبِى الدَّرْدَاءِ أنه قَالَ: [كُنَّا مَعَ رَسُولِ اللَّهِ –صلى الله عليه وسلم– فَشَخَصَ بِبَصَرِهِ إِلَى السَّمَاءِ ثُمَّ قَالَ « هَذَا أَوَانٌ يُخْتَلَسُ الْعِلْمُ مِنَ النَّاسِ حَتَّى لاَ يَقْدِرُوا مِنْهُ عَلَى شَىْءٍ ». فَقَالَ زِيَادُ بْنُ لَبِيدٍ الأَنْصَارِىُّ كَيْفَ يُخْتَلَسُ مِنَّا وَقَدْ قَرَأْنَا الْقُرْآنَ فَوَاللَّهِ لَنَقْرَأَنَّهُ وَلَنُقْرِئَنَّهُ نِسَاءَنَا وَأَبْنَاءَنَا. فَقَالَ « ثَكِلَتْكَ أُمُّكَ يَا زِيَادُ إِنْ كُنْتُ لأَعُدُّكَ مِنْ فُقَهَاءِ أَهْلِ الْمَدِينَةِ هَذِهِ التَّوْرَاةُ وَالإِنْجِيلُ عِنْدَ الْيَهُودِ وَالنَّصَارَى فَمَاذَا تُغْنِى عَنْهُمْ ». قَالَ جُبَيْرٌ فَلَقِيتُ عُبَادَةَ بْنَ الصَّامِتِ قُلْتُ أَلاَ تَسْمَعُ إِلَى مَا يَقُولُ أَخُوكَ أَبُو الدَّرْدَاءِ فَأَخْبَرْتُهُ بِالَّذِى قَالَ أَبُو الدَّرْدَاءِ قَالَ صَدَقَ أَبُو الدَّرْدَاءِ إِنْ شِئْتَ لأُحَدِّثَنَّكَ بِأَوَّلِ عِلْمٍ يُرْفَعُ مِنَ النَّاسِ الْخُشُوعُ يُوشِكُ أَنْ تَدْخُلَ مَسْجِدَ جَمَاعَةٍ فَلاَ تَرَى فِيهِ رَجُلاً خَاشِعًا][٢٣].

٢–قال هشام بن عمار رحمه الله: (باع أبي بيتاً بعشرين ديناراً وجهزني للحج فلما وصلت المدينة أتيت مجلس الإمام مالك رحمه الله وهو جالس في مجلسه في هيئة الملوك والناس يسألونه وهو يجيبهم فلما حان دوري قلت له: حدثني فقال لا، بل اقرأ أنت فقلت لا بل حدثني، فلما راددته وجادلته غضب وقال: يا غلام تعال أذهب بهذا فاضربه خمسة عشر، قال: فذهب بي فضربني ثم ردني إلى مالك فقلت:قد ظلمتني فإن أبي باع منزله وأرسلني إليك أتشرف بالسماع منك وطلب العلم على يديك، فضربتني خمسة عشر دُرّة بغير جرم، لا أجعلك في حل، فقال مالك: فما كفارة هذا الظلم؟ فقلت: كفارته أن تُحدثني بخمسة عشر حديثاً، فقال هشام: فحدثني مالك بخمسة عشر حديثاً، فلما انتهى منها قلت له: زد في الضرب وزد في الحديث، فضحك مالك، وقال لي: اذهب وانصرف)[٢٤].

٩–الحرص على أعمال الخير والبر:

١–قال تعالى: " يَوْمَ تَأْتِي كُلُّ نَفْسٍ تُجَادِلُ عَنْ نَفْسِهَا وَتُوَفَّى كُلُّ نَفْسٍ مَا عَمِلَتْ وَهُمْ لَا يُظْلَمُونَ" النحل.

٢–حم: عَنْ أَبِي هُرَيْرَةَ [أَنَّ رَجُلاً أَتَى النَّبِيَّ صلى الله عليه وسلم، وَهُوَ عِنْدَهُ، فَسَأَلَهُ، فَقَالَ: يَا نَبِيَّ الله، أَيُّ الأَعْمَالِ أَفْضَلُ ؟ قَالَ: الإِيمَانُ بِالله، وَالْجِهَادُ فِي سَبِيلِ الله، قَالَ: فَأَيُّ الرِّقَابِ أَعْظَمُ أَجْرًا ؟ قَالَ: أَغْلاَهَا ثَمَنًا وَأَنْفَسُهَا عِنْدَ أَهْلِهَا، قَالَ: فَإِنْ لَمْ أَسْتَطِعْ ؟ قَالَ: فَتُعِينُ ضَائِعًا، أَوْ تَصْنَعُ لأَخْرَقَ، قَالَ: فَإِنْ لَمْ أَسْتَطِعْ ذَاكَ ؟ قَالَ: فَاحْبِسْ نَفْسَكَ عَنِ الشَّرِّ، فَإِنَّهُ صَدَقَةٌ حَسَنَةٌ تَصَدَّقْتَ بِهَا عَنْ نَفْسِكَ][٢٥].

٣–حم: عَنْ أَنَسِ بْنِ مَالِكٍ قَالَ: [بَيْنَمَا نَحْنُ جُلُوسٌ عِنْدَ رَسُولِ الله صلى الله عليه وسلم، قَالَ: يَطْلُعُ عَلَيْكُمُ الآنَ رَجُلٌ مِنْ أَهْلِ الْجَنَّةِ، فَطَلَعَ رَجُلٌ مِنَ الأَنْصَارِ، تَنْطِفُ لِحْيَتُهُ مَاءً مِنْ وَضُوئِهِ، مُعَلِّقٌ نَعْلَيْهِ فِي يَدِهِ الشِّمَالِ، فَلَمَّا كَانَ مِنَ الْغَدِ، قَالَ رَسُولُ الله صلى الله عليه وسلم: يَطْلُعُ عَلَيْكُمُ الآنَ رَجُلٌ مِنْ أَهْلِ الْجَنَّةِ، فَطَلَعَ ذَلِكَ الرَّجُلُ عَلَى مِثْلِ مَرْتَبَتِهِ الأُولَى، فَلَمَّا كَانَ مِنَ الْغَدِ، قَالَ رَسُولُ الله صلى الله عليه وسلم: يَطْلُعُ عَلَيْكُمُ الآنَ رَجُلٌ مِنْ أَهْلِ الْجَنَّةِ، فَطَلَعَ ذَلِكَ الرَّجُلُ عَلَى مِثْلِ مَرْتَبَتِهِ الأُولَى، فَلَمَّا قَامَ رَسُولُ الله صلى الله

23 الحديث صحيح كما في صحيح الجامع [رقم ٦٩٩٠].
24 من كتاب معرفة القراء الكبار للذهبي(١٩٦/١).
25 أخرجه أحمد ٣٨٨/٢(٩٠٢٦) و"البُخاري" في "خلق أفعال العباد" ٢١.

عليه وسلم، تَبِعَهُ عَبْدُ اللهِ بْنُ عَمْرِو بْنِ الْعَاصِ، فَقَالَ: إِنِّي لاَحَيْتُ أَبِي، فَأَقْسَمْتُ أَنْ لاَ أَدْخُلَ عَلَيْهِ ثَلاَثَ لَيَالٍ، فَإِنْ رَأَيْتَ أَنْ تُؤْوِيَنِي إِلَيْكَ حَتَّى تَحِلَّ يَمِينِي فَعَلْتَ، فَقَالَ: نَعَمْ، قَالَ أَنَسٌ: فَكَانَ عَبْدُ اللهِ بْنُ عَمْرِو بْنِ الْعَاصِ يُحَدِّثُ: أَنَّهُ بَاتَ مَعَهُ لَيْلَةً، أَوْ ثَلاَثَ لَيَالٍ، فَلَمْ يَرَهُ يَقُومُ مِنَ اللَّيْلِ بِشَيْءٍ، غَيْرَ أَنَّهُ إِذَا انْقَلَبَ عَلَى فِرَاشِهِ ذَكَرَ اللهَ وَكَبَّرَ، حَتَّى يَقُومَ لِصَلاَةِ الْفَجْرِ، فَيُسْبِغُ الْوُضُوءَ، قَالَ عَبْدُ اللهِ: غَيْرَ أَنِّي لاَ أَسْمَعُهُ يَقُولُ إِلاَّ خَيْرًا، فَلَمَّا مَضَتِ الثَّلاَثُ لَيَالٍ كِدْتُ أَحْتَقِرُ عَمَلَهُ، قُلْتُ: يَا عَبْدَ اللهِ، إِنَّهُ لَمْ يَكُنْ بَيْنِي وَبَيْنَ وَالِدِي غَضَبٌ وَلاَ هَجْرَةٌ، وَلَكِنِّي سَمِعْتُ رَسُولَ اللهِ صلى الله عليه وسلم يَقُولُ لَكَ ثَلاَثَ مَرَّاتٍ، فِي ثَلاَثِ مَجَالِسَ: يَطْلُعُ عَلَيْكُمُ الآنَ رَجُلٌ مِنْ أَهْلِ الْجَنَّةِ، فَطَلَعْتَ أَنْتَ تِلْكَ الثَّلاَثَ مَرَّاتٍ، فَأَرَدْتُ آوِي إِلَيْكَ، فَأَنْظُرَ عَمَلَكَ، فَلَمْ أَرَكَ تَعْمَلُ كَبِيرَ عَمَلٍ، فَمَا الَّذِي بَلَغَ بِكَ مَا قَالَ رَسُولُ اللهِ صلى الله عليه وسلم ؟ قَالَ: مَا هُوَ إِلاَّ مَا رَأَيْتَ، فَانْصَرَفْتُ عَنْهُ، فَلَمَّا وَلَّيْتُ دَعَانِي، فَقَالَ: مَا هُوَ إِلاَّ مَا رَأَيْتَ، غَيْرَ أَنِّي لاَ أَجِدُ فِي نَفْسِي غِلاًّ لأَحَدٍ مِنَ الْمُسْلِمِينَ، وَلاَ أَحْسُدُهُ عَلَى خَيْرٍ أَعْطَاهُ اللَّهُ إِيَّاهُ، قَالَ عَبْدُ اللهِ بْنُ عَمْرٍو: هَذِهِ الَّتِي بَلَغَتْ بِكَ، وَهِيَ الَّتِي لاَ نُطِيقُ][26].

١٠-البعد عن الكبر والغرور والعجب:

١-قال تعالى: "فَلَا تُزَكُّوا أَنفُسَكُمْ هُوَ أَعْلَمُ بِمَنِ اتَّقَى" [النجم:٣٢]

٢-وقال تعالى: "أَلَمْ تَرَ إِلَى الَّذِينَ يُزَكُّونَ أَنفُسَهُمْ بَلِ اللّهُ يُزَكِّي مَن يَشَاء وَلاَ يُظْلَمُونَ فَتِيلا" النساء.

١١=تذكر الموت والحساب:

١-قال تعالى: "يَا أَيَّتُهَا النَّفْسُ الْمُطْمَئِنَّةُ. ارْجِعِي إِلَى رَبِّكِ رَاضِيَةً مَرْضِيَّةً. فَادْخُلِي فِي عِبَادِي. وَادْخُلِي جَنَّتِي" الفجر.

٢-عَنِ الْبَرَاءِ بن مالك قَالَ: [كُنَّا مَعَ النَّبِيِّ صلى الله عليه وسلم فِي جِنَازَةٍ، فَلَمَّا انْتَهَى إِلَى الْقَبْرِ جَثَا النَّبِيُّ صلى الله عليه وسلم عَلَى الْقَبْرِ، قَالَ: فَاسْتَدَرْتُ فَاسْتَقْبَلْتُهُ، قَالَ: فَبَكَى حَتَّى بَلَّ الثَّرَى، ثُمَّ قَالَ: إِخْوَانِي، لِمِثْلِ هَذَا فَلْيَعْمَلْ الْعَامِلُونَ، فَأَعِدُّوا][27].

٣-عَنِ ابْنِ عُمَرَ قَالَ: [أَخَذَ رَسُولُ اللَّهِ صلى الله عليه وسلم بِبَعْضِ جَسَدِى فَقَالَ يَا عَبْدَ اللَّهِ كُنْ في الدُّنْيَا كَأَنَّكَ غَرِيبٌ أَوْ كَأَنَّكَ عَابِرُ سَبِيلٍ وَعُدَّ نَفْسَكَ مِنْ أَهْلِ الْقُبُورِ.فَقَالَ لِى ابْنُ عُمَرَ إِذَا أَصْبَحْتَ فَلاَ تُحَدِّثْ نَفْسَكَ بِالْمَسَاءِ وَإِذَا أَمْسَيْتَ فَلاَ تُحَدِّثْ نَفْسَكَ بِالصَّبَاحِ وَخُذْ مِنْ صِحَّتِكَ قَبْلَ سَقَمِكَ وَمِنْ حَيَاتِكَ قَبْلَ مَوْتِكَ فَإِنَّكَ لاَ تَدْرِى يَا عَبْدَ اللَّهِ مَا اسْمُكَ غَدًا][28].

انتهى، ولله الحمد والمنة

26 أخرجه أحمد ١٦٦/٣(١٢٧٢٧) و "النَّسائي "، في "عمل اليوم والليلة " ٨٦٣.

27 أخرجه أحمد ٢٩٤/٤(١٨٨٠٢) و "ابن ماجة " ٤١٩٥، الألباني:حسن، الصحيحة (١٧٥١).

28 أَخْرَجَهُ أحمد ٢٤/٢(٤٧٦٤) و "البُخَارِيّ " ١١٠/٨(٦٤١٦).